

Вибух поруч з вами: як діяти?

На жаль, зараз у нас усіх нелегкий час. Всі ми поінформовані про те, що під час сирени ми беремо з собою найцінніше і спускаємося в укриття, які розташовані поруч з нами.

Але що робити, якщо не встигли спуститися і вибух стався поруч?

Під час вибуху:

- Ні в якому разі не знаходитесь поблизу вікон!
 - Головна ціль- це зберегти себе від уламків та ударної хвилі.
 - Відкрийте рота, щоб уникнути контузії при близькому вибуху. Не панікуйте.
 - Під час вибуху не біжіть у бік сходинок, тому що від вибуху є ударна хвиля, яка також небезпечна. Цим ви можете собі нашкодити.
 - Сядьте під міцний стіл або письмовий стіл, якщо навколо вас падають речі. Коли вони перестануть падати, швидко йдіть, спостерігаючи за явно ослабленими підлогами та сходами.
 - Ні в якому разі не користуйтеся ліфтами.
 - Залишайтеся низько, якщо є дим. Не зупиняйтеся, щоб отримати особисте майно або телефонувати.
 - Перевірте наявність пожежі та інших небезпек.
 - Після виходу не стійте перед вікнами, скляними дверима чи іншими потенційно небезпечними місцями.
- Якщо ви на вулиці швидко лягайте на землю, щоб уламки не нанесли вам шкоди, потім огляньтеся і постарайтеся знайти якесь поглиблення, канаву, щоб була можливість сховатися, або знайдіть бетонну стіну і сховайтеся за нею.

-Кричи лише в крайньому випадку, щоб уникнути вдихання небезпечного пилу.

-Прикрийте ніс і рот усім, що є під рукою.

Після вибуху:

- Не поспішайте покидати укриття.

- Не робіть різких рухів. Переконайтеся, що серія вибухів закінчена і лише потім вставайте.

-Огляньтесь, щоб ви не знаходилися в небезпечній зоні. Пересувайтеся дуже обережно, будьте обачні, дивіться під ноги.

-Ні в якому разі нічого не підіймайте з полу. Деякі снаряди можуть вибухати неодразу.

-У кращому випадку дочекайтеся рятувальників. Вас обов'язково врятують.

*Ганчева Валерія Сергіївна, лікар-інтерн педіатр 2-го року навчання
(керівник – асистент кафедри дитячих хвороб, PhD Городкова Ю.В.)*